

「1時を7時と間違えた」「孫の声を聞き取れない」

その空耳は、認知症の始まりかも……



これまで「歳だから」と片付けがちだった「耳の異変」。実は、そのちょっとした異変が、より重大な疾患につながっていることが明らかになってきた。

「家族はみんな、お父さん、最近空耳が増えて面倒ね」と適当に流していました。それがまさか、認知症の初期症状だったなんて……」

そう肩を落とすのは、千葉県在住の60歳の主婦だ。

*

2歳年上の夫は、50代半ばで耳の聞こえが悪化した。「テレビを観ていてもやたらと音量を上げるようになり、家族が何も話していないのに、「え、何か言った？」と聞くことが増えた。帰省した娘に、「そこのお菓子取って」と言われ、「お箸」を渡そうとするなど、その頃は笑い話で済んでいたのですが……」

夫の聞き間違いはどんどん酷くなり、それとともに

無口になっていった。定年後は自宅に引きこもるようになり、やがて物忘れが激しくなったという。

「結局、夫は認知症と診断されました。医師から「耳の異変が最初の兆候だったと思う」と告げられてショックでした」

これは決して特殊な例ではない。今年7月、英国の医学誌「ランセット」に発表された論文は、「中年期（45〜65歳）の聴力低下」を

認知症の最も大きなリスク要因に挙げた。さらに「中年期に耳が悪くなると、9〜17年後に認知症が増える」と警鐘を鳴らしている。

このように、ちょっとした耳の異変が認知症の引き金になることは、専門家の間では常識になりつつある。

「米国の研究では、高度の難聴では認知症の発症リスクが5倍になるとの報告もあります。厚労省の『認知症施策推進総合戦略』でも、

医学誌「ランセット」に掲載された「隠れ難聴」の重大リスクとは――

「子音」が聞こえなくなる

認知症の危険因子として難聴を挙げています」(藤沢

御所見病院院長で耳鼻咽喉科 医の山中昇医師)

「子音」が聞こえなくなる

日本補聴器工業会の試算では、国内の推定難聴者数は約1994万人で、人口の15・2%に達する。

深刻なのは、聴覚の異変は初期の自覚症状が少なく、「空耳だろう」と放置して悪化するケースも多いことだ。そうした「隠れ難聴」が多く存在するからこそ、気がついたら認知症」というケースが出てくるのだ。

山中医師が続ける。「中高年の耳の異変は本人ではなく、家族が気づくケースが多い。妻や子供からテレビの音量が大きすぎるといわれたり、聞き間違いや聞き返すことが増えた」と言われたら危機意識を持つべきです。鼓膜や外耳などに障害が生じて音が内耳まで伝わらない「伝音難聴」の疑いがあります」

「耳が急に聞こえにくくなった」という高齢者でかなりの頻度で見られるのが、たまった耳垢が耳を塞ぐ『耳垢栓塞』のケースです。耳垢を取り除くとすぐに聴力が回復しますが、放置すると伝音難聴が悪化するの
に注意です」(山中医師)

些細な聞き間違いを「単なる空耳」と思って放置すると、どんどん耳が聞こえなくなるかもしれないのだ。また、歳を重ねると生じる「加齢性難聴」には、違った予兆があるという。

「加齢性難聴は、音を感じ取る内耳の有毛細胞や、聴覚の神経に障害が生じる『感音難聴』の一種。このタイプの特徴は言葉の聞き分けが難しくなることで、特に高い音や子音が聞き取りにくくなります」(きたにし耳鼻咽喉科の北西剛医師)

子供が多く集まる場所です孫の坎高い声が聞き分け

少しでも異変を感じたら、まずは専門医の検診を



られなかったり、「加藤」と「佐藤」、「1時」と「7時」、「貸して」と「買って」などを聞き間違えるのだ。

感音難聴には、複数の人が同時に喋る声が聞き取りにくくなる特徴もある。外出先の混み合ったレストランで空耳が増えたり、多く



小笠原文雄

続々!!

どこで最期を迎えたいですか? 定価・本体1,400円(税別) 小学館

の出演者がいるバラエティ番組で何を話しているかわからなくなったら、感音難聴の疑いが濃厚だ。

では、なぜ耳の異変が認知症につながるのか。

くどうちあき脳神経外科クリニック院長の工藤千秋医師は、「脳の刺激低下が大きな要因」と指摘する。

「耳の聞こえが悪くなると、脳内で聴覚を処理する部分でもある側頭葉への刺激が少なくなります。記憶を司る側頭葉への刺激が減ると、脳の活動量が減少して記憶力も低下する。これが難聴起因の認知症発生メカニズムと考えられます」

聞こえが悪くなり、他人との会話が減ることも認知症の大きな要因となる。

耳の異変は脳の異変

「会話が楽しくないので口数が減り、結果的に引きこもってしまう状態になる人も多い。会話が聞き取れず、適当なことを言ってしまうかすようにもなります。人とコミュニケーションが減

って社会的な孤立が進行すると脳への刺激がますます減り、認知症になりやすくなってしまいます」(工藤医師)

認知症の症状として「幻聴」が発生することもある。耳と脳は互いに密接な関係

があることがよくわかる。悪循環を断ち切るには、「脳への刺激を復活させる」ことがカギとなる。

「伝音難聴は多くの場合、投薬や手術で聴力が回復します。治療が困難な感音難聴も、補聴器を使って聴力を補えば、脳への刺激が回復して認知症を防ぐ効果が期待できます」(山中医師)

聴覚の異常は認知症に限らず、重大疾患のサインであることも多い。

「右側から話しかけられたら必ず聞き返すなどの場合は、聴力が低下した耳に聴神経腫瘍が生じている可能性があります。また、聞こえの悪さに加えて耳鳴り、目まいが繰り返し起きる、『メニエール病(※)』の怖れがある」(北西医師)

こうした疾患による聴力悪化で、認知症の発症、症状の進行が加速することもある。心当たりがあれば、耳鼻科を早めに受診すべきだ。

加齢とともに耳は悪くなる。だからこそ、聴力低下のサインにいち早く耳を傾けることが大切だ。

(※) 発作をともなう目まいや耳鳴り、難聴などを引き起こす内耳の病気。